



Angebote im Bereich Gesundheitsförderung und Prävention im Landkreis Schwandorf

**ERSTELLT VON: GESUNDHEITSAMT SCHWANDORF
BEREICH PRÄVENTION/ GESUNDHEITSFÖRDERUNG**



INHALTSVERZEICHNIS

BEWEGUNG	2
ERNÄHRUNG/ ERNÄHRUNGSINFORMATION/ ERNÄHRUNGSBILDUNG	3
WOHLBEFINDEN/ PSYCHISCHE GESUNDHEIT/ LEBENSKOMPETENZ.....	9
SUCHTPRÄVENTION	13
SEXUALPÄDAGOGIK	23
SONSTIGES.....	24



BEWEGUNG

Titel des Vortrags/Programms/Angebots	AOK Schulfitness – Förderung der motorischen Entwicklung
Themenfeld	<input type="checkbox"/> Ernährung/Ernährungsinformation/Ernährungsbildung <input checked="" type="checkbox"/> Bewegung <input type="checkbox"/> Wohlbefinden/psychische Gesundheit/Lebenskompetenz <input type="checkbox"/> Suchtprävention <input type="checkbox"/> Sexualpädagogik <input type="checkbox"/> sonstiges
Zielgruppe	<input checked="" type="checkbox"/> Schüler*innen (alle Klassen) <input type="checkbox"/> Multiplikatoren*innen (Lehrkräfte, JaS, Schulsozialarbeit, etc.) <input type="checkbox"/> Eltern
Institution/Einrichtung	AOK Bayern - die Gesundheitskasse
Kontakt/Ansprechpartner*in	Karin Uschold 09621/860 119
Inhalt/Beschreibung	Lehrkräfte und Schulen können mithilfe des AOK-Schulfitness Tests (evaluierter Test – ohne Notendruck) die motorischen Fertigkeiten ihrer SchülerInnen ermitteln. Der Test basiert auf dem „Münchner Fitnesstest“ (MFT) und liefert Daten zu den sportmotorischen Fähigkeiten Ausdauer, Koordination, Kraft, Schnelligkeit und Beweglichkeit. Nach der Testauswertung erhalten Lehrkräfte eine umfangreiche Übungssammlung, die Sie bei einer abwechslungsreichen Förderung der motorischen Fähigkeiten unterstützt.
Dauer/zeitlicher Umfang	
Kosten	kostenlos
Homepage/Link	www.aok-schulfitness.de



ERNÄHRUNG/ERNÄHRUNGSINFORMATION/ ERNÄHRUNGSBILDUNG

Titel des Vortrags/Programms/Angebots	Der Ernährungsführerschein – Die Küche kommt ins Klassenzimmer
Themenfeld	<input checked="" type="checkbox"/> Ernährung/Ernährungsinformation/Ernährungsbildung <input type="checkbox"/> Bewegung <input type="checkbox"/> Wohlbefinden/psychische Gesundheit/Lebenskompetenz <input type="checkbox"/> Suchtprävention <input type="checkbox"/> Sexualpädagogik <input type="checkbox"/> sonstiges
Zielgruppe	<input checked="" type="checkbox"/> Schüler*innen (3.- 4. Klasse) <input type="checkbox"/> Multiplikatoren*innen (Lehrkräfte, JaS, Schulsozialarbeit, etc.) <input type="checkbox"/> Eltern
Institution/Einrichtung	AOK Bayern - die Gesundheitskasse
Kontakt/Ansprechpartner*in	Sasja Mechthold 09621/860 185
Inhalt/Beschreibung	<p>Der Ernährungsführerschein ist ein etabliertes Konzept zur modernen Ernährungsbildung entsprechend den Bildungsplänen. In sechs bis sieben lebendig gestalteten Doppelstunden lernen die Kinder Lebensmittel mit allen Sinnen wahrzunehmen, zuzubereiten und zu genießen.</p> <p>Es geht beim Ernährungsführerschein aber auch um wertschätzendes, umwelt- und klimafreundliches Handeln. Somit ist die Zubereitung der kleinen, kalten Speisen Ausgangspunkt für vieles mehr.</p>
Dauer/zeitlicher Umfang	6 - 7 Doppelstunden
Kosten	kostenlos
Homepage/Link	www.bzfe.ernaehrungsfuehererschein.de



Titel des Vortrags/Programms/Angebots	SchmExperten – praktische Ernährung im Klassenzimmer
Themenfeld	<input checked="" type="checkbox"/> Ernährung/Ernährungsinformation/Ernährungsbildung <input type="checkbox"/> Bewegung <input type="checkbox"/> Wohlbefinden/psychische Gesundheit/Lebenskompetenz <input type="checkbox"/> Suchtprävention <input type="checkbox"/> Sexualpädagogik <input type="checkbox"/> sonstiges
Zielgruppe	<input checked="" type="checkbox"/> Schüler*innen (5.- 8. Klasse, weiterführender Schulen) <input checked="" type="checkbox"/> Multiplikatoren*innen (Lehrkräfte, JaS, Schulsozialarbeit, etc.) <input type="checkbox"/> Eltern
Institution/Einrichtung	AOK Bayern - die Gesundheitskasse
Kontakt/Ansprechpartner*in	Sasja Mechthold 09621/860 185
Inhalt/Beschreibung	<p>Die „SchmExperten“ des BZfE zielen darauf ab, Schülern Spaß am Experimentieren in der Küche zu vermitteln und das Interesse am gesundheitsbewussten Essen und Trinken zu wecken. Dadurch werden Selbstständigkeit und Alltagskompetenzen gestärkt.</p> <p>„SchmExperten“ setzt sich aus zwei altersspezifischen Unterrichtskonzepten zusammen. Beide Konzepte stellen den praktischen Umgang mit Lebensmitteln verknüpft mit Themen wie beispielsweise Hygiene, Esskultur oder Kennzeichnung in den Fokus. Bei „SchmExperten“ für die 5./6. Klasse werden kalte Gerichte im Klassenzimmer zubereitet. „SchmExperten in der Lernküche“ ist das Unterrichtskonzept für den Fachunterricht. Hier bereiten Schüler der 6. bis 8. Klasse auch warme Gerichte in der Küche zu.</p> <p>Lehrkräfte erhalten ein ausgearbeitetes Unterrichtskonzept und Begleitmaterialien, welche auch für vertiefende und weiterführende Einheiten genutzt werden können. Ergänzend dazu erhalten die Schulen, die keine Schulküche haben, eine „AOK-Koch-mit-mir-Kiste“ mit Küchenutensilien. Darüber hinaus werden Web-Fortbildungen für Lehrkräfte angeboten, in denen das Unterrichtskonzept und der Einsatz der Materialien näher erläutert werden.</p>
Dauer/zeitlicher Umfang	7- 8 Doppelstunden; im regulären Unterricht oder in Form einer Projektwoche/AG
Kosten	kostenlos
Homepage/Link	https://www.aok.de/pk/bayern/schmexperten/ www.bzfe.de/bildung/schmexperten/



Titel des Vortrags/Programms/Angebots	Zuckerkompass – Programm für den digitalen und praktischen Unterricht
Themenfeld	<input checked="" type="checkbox"/> Ernährung/Ernährungsinformation/Ernährungsbildung <input type="checkbox"/> Bewegung <input type="checkbox"/> Wohlbefinden/psychische Gesundheit/Lebenskompetenz <input type="checkbox"/> Suchtprävention <input type="checkbox"/> Sexualpädagogik <input type="checkbox"/> sonstiges
Zielgruppe	<input checked="" type="checkbox"/> Schüler*innen (5.- 8. Klasse, weiterführender Schulen) <input checked="" type="checkbox"/> Multiplikatoren*innen (Lehrkräfte, JaS, Schulsozialarbeit, etc.) <input type="checkbox"/> Eltern
Institution/Einrichtung	AOK Bayern - die Gesundheitskasse
Kontakt/Ansprechpartner*in	Sasja Mechthold 09621/860 185
Inhalt/Beschreibung	<p>„Zuckerkompass“ stellt Lehrkräften geeignete Materialien zum Thema Zucker zur Verfügung. Dabei ist es das Ziel, die Ernährungskompetenz der Schüler zu verbessern, über Zucker zu informieren und den Zuckerkonsum der Jugendlichen zu reduzieren.</p> <p>Nach der Anmeldung erhalten Sie den Zugang zu 20 unterschiedliche Lernbausteine, die Sie je nach Bedarf in Ihrem Unterricht einsetzen können. Aufgeteilt in die Jahrgangsstufen 5 bis 8 behandelt jeder Lernbaustein ein anderes Thema. Sie erhalten gestaltete Arbeitsblätter sowie detaillierte Anleitungen, die Sie mit Hintergrundwissen, Hinweisen zur Durchführung sowie Tipps und Anregungen zu dem jeweiligen Lernbaustein unterstützen.</p> <p>Ein Leitfaden, ein Elternheft und das Schülerworkbook ergänzen das digitale Angebot um analoge Medien, die Sie kostenlos von Ihrer AOK erhalten.</p> <p>In Gruppen erarbeiten Schüler Inhalte, diskutieren gemeinsam in der Klassengemeinschaft, nehmen Positionen ein, argumentieren und stellen sich in Teams den Wissensfragen der Zuckerchallenge.</p>
Dauer/zeitlicher Umfang	
Kosten	kostenlos
Homepage/Link	https://www.aok.de/mk/uni/zuckerkompass/



Titel des Vortrags/Programms/Angebots	Mit Genuss und in Bewegung Gesund und aktiv – mitten im Leben
Themenfeld	<input checked="" type="checkbox"/> Ernährung/Ernährungsinformation/Ernährungsbildung <input checked="" type="checkbox"/> Bewegung (im Alltag) <input type="checkbox"/> Wohlbefinden/psychische Gesundheit/Lebenskompetenz <input type="checkbox"/> Suchtprävention <input type="checkbox"/> Sexualpädagogik <input type="checkbox"/> sonstiges
Zielgruppe	<input checked="" type="checkbox"/> Schüler*innen (5.-8. Klasse, weiterführender Schulen) <input checked="" type="checkbox"/> Multiplikatoren*innen (Lehrkräfte, JaS, Schulsozialarbeit, etc.) <input type="checkbox"/> Eltern <input checked="" type="checkbox"/> sonstiges: Senioren*innen, Setting Betrieb
Institution/Einrichtung	Amt für Ernährung, Landwirtschaft und Forsten Regensburg-Schwandorf, Regensburger Str. 51, 92507 Nabburg
Kontakt/Ansprechpartner*in	Johanna Baumann 09433/896-1407 Johanna.Baumann@aelf-rs.bayern.de
Inhalt/Beschreibung	Um gesund und aktiv älter zu werden sind ausgewogene Ernährung und regelmäßige Bewegung zwei wesentliche Voraussetzungen. In den Vorträgen und Kursen erfahren Sie, wie eine genussvolle Ernährung ganz leicht im Alltag umgesetzt werden kann und wie auch das tägliche „Plus“ an Bewegung gelingt.
Dauer/zeitlicher Umfang	Vorträge zu Ernährung 60 - 90 min Infos mit Bewegungsangeboten 60 - 90 min Ernährungspraxis (Kochkurse): 2,5 - 3 Stunden
Kosten	Die Vorträge sind kostenfrei, bei der Ernährungspraxis fallen 5 € Unkostenbeitrag für Lebensmittel an.
Homepage/Link	https://www.aelf-rs.bayern.de/ernaehrung/index.php Buchung der Veranstaltungen unter: https://www.weiterbildung.bayern.de/index.cfm?seite=ernaehrung



Titel des Vortrags/Programms/Angebots	Kinderleicht und lecker - Fit und gesund durch den Familienalltag mit Kindern bis drei Jahren: Angebote für Schwangerschaft, Stillzeit, zur Beikost, Ernährung und Bewegung von Kleinkindern
Themenfeld	<input checked="" type="checkbox"/> Ernährung/Ernährungsinformation/Ernährungsbildung <input checked="" type="checkbox"/> Bewegung (im Alltag) <input type="checkbox"/> Wohlbefinden/psychische Gesundheit/Lebenskompetenz <input type="checkbox"/> Suchtprävention <input type="checkbox"/> Sexualpädagogik <input type="checkbox"/> sonstiges
Zielgruppe	<input type="checkbox"/> Schüler*innen <input checked="" type="checkbox"/> Multiplikatoren*innen (Lehrkräfte, JaS, Schulsozialarbeit, Kita-Personal, etc.) <input checked="" type="checkbox"/> Eltern, Großeltern <input checked="" type="checkbox"/> sonstige: Schwangere
Institution/Einrichtung	Amt für Ernährung, Landwirtschaft und Forsten Regensburg-Schwandorf, Regensburger Str. 51, 92507 Nabburg Lechstraße 50, 93057 Regensburg
Kontakt/Ansprechpartner*in	Rita Fischer 0941/2083 1591 Rita.Fischer@aelf-rs.bayern.de
Inhalt/Beschreibung	Vielfältige Angebote (Kurse, Workshops) im Bereich Ernährung und Bewegung helfen Eltern, Großeltern und Tageseltern dabei, gesundes Essen und körperliche Aktivitäten ganz leicht in den Alltag mit Kindern einzubauen. werdende Eltern erhalten Informationen zu Ernährung und Bewegung in der Schwangerschaft.
Dauer/zeitlicher Umfang	Vorträge zu Ernährung 60 - 90 min Infos zu Bewegungsangeboten 60 - 90 min Ernährungspraxis: 2,5 - 3 Stunden
Kosten	Die Vorträge sind kostenfrei, bei der Ernährungspraxis fallen 5 € Unkostenbeitrag für Lebensmittel an.
Homepage/Link	https://www.aelf-rs.bayern.de/ernaehrung/index.php Buchung der Veranstaltungen unter: https://www.weiterbildung.bayern.de/index.cfm?seite=ernaehrung



Titel des Vortrags/Programms/Angebots	Wer is(s)t denn noch normal? <ul style="list-style-type: none"> • Präventionsworkshop zu Essstörungen für Jugendliche • Elternabende zu Essstörungen bei Jugendlichen • Vorträge und Fortbildungen für Lehr- und Fachkräfte
Themenfeld	<input checked="" type="checkbox"/> Ernährung/Ernährungsinformation/Ernährungsbildung <input type="checkbox"/> Bewegung <input checked="" type="checkbox"/> Wohlbefinden/psychische Gesundheit/Lebenskompetenz <input checked="" type="checkbox"/> Suchtprävention <input type="checkbox"/> Sexualpädagogik <input type="checkbox"/> sonstiges
Zielgruppe	<input checked="" type="checkbox"/> Schüler*innen (7.-9. Klasse, Gymnasium, Real- u. Mittelschule) <input checked="" type="checkbox"/> Multiplikatoren*innen (Lehrkräfte, JaS, Schulsozialarbeit, päd. Fachkräfte) <input checked="" type="checkbox"/> Eltern <input type="checkbox"/> sonstige:
Institution/Einrichtung	Waagnis e.V.
Kontakt/Ansprechpartner*in	Claudia Burmeister, Angela Zieris info@waagnis.de www.waagnis.de 0941/ 599 8606
Inhalt/Beschreibung	<p><u>Workshop für Jugendgruppen und Schulkassen:</u> Bestehend aus Vortragsteil, Kleingruppenarbeit und dem Einsatz von interaktiven Methoden. Themenbereiche: Schönheitsideale u. social Media, Selbstwert, gesundes Essverhalten, emotionale Kompetenz, Resilienz, Informationen zu Essstörungen</p> <p><u>Vortrag und Fortbildung für Eltern und MultiplikatorInnen:</u> Krankheitsbilder, Hintergründe, erste Anzeichen einer Essstörung, Vermittlung von Krankheitsverständnis, Empfehlung zum Umgang mit Betroffenen, Überblick zum Hilfenetz, Präventionsinput,-anregung</p>
Dauer/zeitlicher Umfang	Workshop (geteilte) Schulkasse: 90 min, max. 15 Jugendliche Elternabend: 1,5 Stunden Fachvortrag bzw. Fortbildung: 1,5 - 3 Stunden
Kosten	Workshop: 100 € (eine Gruppe max 15 TN, eine halbe Klasse) Vortrag (1,5 Stunden): 200 € Fortbildung (3 Stunden): 300 € Jeweils plus Fahrtkosten 30 ct pro km oder Bahnticket Auf Nachfrage ermäßigte Gebühren möglich
Homepage/Link	www.waagnis.de



WOHLBEFINDEN/PSYCHISCHE GESUNDHEIT/LEBENSKOMPETENZ

Titel des Vortrags/Programms/Angebots	Eigenständig werden 1 - 4 und 5 – 6 - Multiplikatorenschulung
Themenfeld	<input type="checkbox"/> Ernährung/Ernährungsinformation/Ernährungsbildung <input type="checkbox"/> Bewegung <input checked="" type="checkbox"/> Wohlbefinden/psychische Gesundheit/Lebenskompetenz <input checked="" type="checkbox"/> Suchtprävention <input type="checkbox"/> Sexualpädagogik <input type="checkbox"/> sonstiges
Zielgruppe	<input type="checkbox"/> Schüler*innen <input checked="" type="checkbox"/> Multiplikatoren*innen (Lehrkräfte, JaS, Schulsozialarbeit, etc.) <input type="checkbox"/> Eltern
Institution/Einrichtung	IFT-Nord gGmbH im Landkreis: Gesundheitsamt Schwandorf
Kontakt/Ansprechpartner*in	Gesundheitsamt Schwandorf Theresa Fenzl 09431/471-931 praevention@landkreis-schwandorf.de
Inhalt/Beschreibung	<p>EIGENSTÄNDIG WERDEN ist ein Unterrichtsprogramm zur Gesundheitsförderung und Persönlichkeitsentwicklung bei Kindern für die Klassenstufen 1 bis 4 sowie 5 und 6. Mithilfe von EIGENSTÄNDIG WERDEN erwerben die Schüler*innen wichtige Gesundheits- und Lebenskompetenzen, die ihnen helfen, einen gesunden Lebensstil zu entwickeln – körperlich, seelisch und sozial.</p> <p>Das Programm beruht auf dem von der Weltgesundheitsorganisation (WHO) empfohlenen Ansatz der Förderung der Lebenskompetenzen von Kindern und Jugendlichen. Lebenskompetenzprogramme haben sich als ein besonders erfolgreicher Ansatz für die Gesundheitsförderung und Präventionsarbeit an Schulen erwiesen. Das Unterrichtsprogramm EIGENSTÄNDIG WERDEN wird von dafür qualifizierten Lehrkräften durchgeführt und in den Unterricht integriert.</p>
Dauer/zeitlicher Umfang	Nachmittagsfortbildung für MultiplikatorInnen
Kosten	kostenlos
Homepage/Link	www.eigenstaendig-werden.de

Eigenständig ●
werden



Titel des Vortrags/Programms/Angebots	Hospiz macht Schule
Themenfeld	<input type="checkbox"/> Ernährung/Ernährungsinformation/Ernährungsbildung <input type="checkbox"/> Bewegung <input checked="" type="checkbox"/> Wohlbefinden/psychische Gesundheit/Lebenskompetenz <input type="checkbox"/> Suchtprävention <input type="checkbox"/> Sexualpädagogik <input type="checkbox"/> sonstiges
Zielgruppe	<input checked="" type="checkbox"/> Schüler*innen (3.- 4. Klasse, Grundschule) <input type="checkbox"/> Multiplikatoren*innen <input type="checkbox"/> Eltern
Institution/Einrichtung	Hospizinitiative der Caritas Schwandorf
Kontakt/Ansprechpartner*in	Manuela Singer-Bartos, Sonja Dirscherl 09436/300 93 13 m.singer-bartos@caritas-schwandorf.de s.dirscherl@caritas-schwandorf.de
Inhalt/Beschreibung	Den Themen Trauer, Tod und Sterben werden durch das Projekt mehr Raum gegeben und sollen zum Nachdenken anregen.
Dauer/zeitlicher Umfang	1 Woche (5 Tage), Projektwoche
Kosten	kostenlos
Homepage/Link	https://www.caritas-schwandorf.de/beraten-und-helfen/hospizbegleitung/hospizarbeit



Titel des Vortrags/Programms/Angebots	Hospiz und Schule
Themenfeld	<input type="checkbox"/> Ernährung/Ernährungsinformation/Ernährungsbildung <input type="checkbox"/> Bewegung <input checked="" type="checkbox"/> Wohlbefinden/psychische Gesundheit/Lebenskompetenz <input type="checkbox"/> Suchtprävention <input type="checkbox"/> Sexualpädagogik <input type="checkbox"/> sonstiges
Zielgruppe	<input checked="" type="checkbox"/> Schüler*innen (ab 5. Klasse) <input type="checkbox"/> Multiplikatoren*innen <input type="checkbox"/> Eltern
Institution/Einrichtung	Hospizinitiative der Caritas Schwandorf
Kontakt/Ansprechpartner*in	Manuela Singer-Bartos, Sonja Dirscherl 09436/300 93 13 m.singer-bartos@caritas-schwandorf.de s.dirscherl@caritas-schwandorf.de
Inhalt/Beschreibung	
Dauer/zeitlicher Umfang	2 Unterrichtseinheiten
Kosten	kostenlos
Homepage/Link	https://www.caritas-schwandorf.de/beraten-und-helfen/hospizbegleitung/hospizarbeit



Titel des Vortrags/Programms/Angebots	Letzte Hilfe Kurse für Kids und Teens
Themenfeld	<input type="checkbox"/> Ernährung/Ernährungsinformation/Ernährungsbildung <input type="checkbox"/> Bewegung <input checked="" type="checkbox"/> Wohlbefinden/psychische Gesundheit/Lebenskompetenz <input type="checkbox"/> Suchtprävention <input type="checkbox"/> Sexualpädagogik <input type="checkbox"/> sonstiges
Zielgruppe	<input checked="" type="checkbox"/> Schüler*innen (8-16 Jahre) <input type="checkbox"/> Multiplikatoren*innen <input type="checkbox"/> Eltern
Institution/Einrichtung	Hospizinitiative der Caritas Schwandorf
Kontakt/Ansprechpartner*in	Manuela Singer-Bartos, Sonja Dirscherl 09436/300 93 13 m.singer-bartos@caritas-schwandorf.de s.dirscherl@caritas-schwandorf.de
Inhalt/Beschreibung	
Dauer/zeitlicher Umfang	4 Einheiten á 60 Minuten
Kosten	kostenlos
Homepage/Link	https://www.caritas-schwandorf.de/beraten-und-helfen/hospizbegleitung/hospizarbeit



SUCHTPRÄVENTION

Titel des Vortrags/Programms/Angebots	FreD – Frühintervention für erstauffällige DrogenkonsumentInnen
Themenfeld	<input type="checkbox"/> Ernährung/Ernährungsinformation/Ernährungsbildung <input type="checkbox"/> Bewegung <input type="checkbox"/> Wohlbefinden/psychische Gesundheit/Lebenskompetenz <input checked="" type="checkbox"/> Suchtprävention <input type="checkbox"/> Sexualpädagogik <input type="checkbox"/> sonstiges
Zielgruppe	<input checked="" type="checkbox"/> Jugendliche/ junge Heranwachsende (ab 14 bis 21 Jahre) <input type="checkbox"/> Multiplikatoren*innen <input type="checkbox"/> Eltern
Institution/Einrichtung	LWL im Landkreis: Gesundheitsamt Schwandorf
Kontakt/Ansprechpartner*in	Gesundheitsamt Schwandorf Theresa Fenzl 09431/471-931 praevention@landkreis-schwandorf.de
Inhalt/Beschreibung	<p>FreD ist ein indiziertes Präventionsangebot für junge Menschen zwischen 14 und 21 Jahren, die erstmals durch Drogen auffällig geworden sind und deswegen Probleme bekommen haben: In der Schule, mit den Eltern, mit der Polizei, in der Ausbildung.</p> <p>FreD bietet die Möglichkeit, über den eigenen Konsum nachzudenken und bei Bedarf Unterstützung zu erhalten.</p> <p>Inhalte des Kurses:</p> <ul style="list-style-type: none">• Wirkungen und Risiken verschiedener Substanzen• Rechtliche Aspekte• Selbsteinschätzung, wie bedenklich oder unbedenklich die eigenen Konsummuster sind• Möglichkeiten, wie der Konsum eingeschränkt oder beendet werden kann
Dauer/zeitlicher Umfang	zwei Nachmittage, ca. 4 Stunden Vorgespräch notwendig
Kosten	kostenlos
Homepage/Link	https://www.lwl-fred.de/de/

FRED

Frühintervention bei
erstauffälligen
Drogenkonsumierenden



Titel des Vortrags/Programms/Angebots	Cannabis – quo vadis? - Multiplikatoren-schulung
Themenfeld	<input type="checkbox"/> Ernährung/Ernährungsinformation/Ernährungsbildung <input type="checkbox"/> Bewegung <input type="checkbox"/> Wohlbefinden/psychische Gesundheit/Lebenskompetenz <input checked="" type="checkbox"/> Suchtprävention <input type="checkbox"/> Sexualpädagogik <input type="checkbox"/> sonstiges
Zielgruppe	<input type="checkbox"/> Schüler*innen <input checked="" type="checkbox"/> Multiplikatoren*innen (Lehrkräfte, JaS, Schulsozialarbeit, etc.) <input type="checkbox"/> Eltern
Institution/Einrichtung	Villa Schöpflin im Landkreis: Gesundheitsamt Schwandorf
Kontakt/Ansprechpartner*in	Gesundheitsamt Schwandorf Katharina Uschold 09431/471-977 praevention@landkreis-schwandorf.de
Inhalt/Beschreibung	<p>In der eintägigen Schulung werden zertifizierte Moderatoren und Moderatorinnen für das evaluierte und universelle Präventionsangebot „Cannabis quo vadis?“ ausgebildet. Ziel der Schulung ist es, Moderatoren und Moderatorinnen auszubilden, sodass diese den Workshop eigenständig durchführen können.</p> <p>Folgende Inhalte werden in der Schulung thematisiert:</p> <ul style="list-style-type: none">• Vorstellung des „Cannabis – quo vadis?“- Konzepts• Basisinformationen zum nichtmedizinischen Cannabiskonsum• Durchlaufen aller Etappen des Präventionsworkshops• Implementierung des Workshops in Ihrer Schule/Einrichtung
Dauer/zeitlicher Umfang	ca. 6 Stunden
Kosten	kostenlos <ul style="list-style-type: none">• Verleih der Materialien über das Gesundheitsamt möglich• Nach der Schulung kann eine Methodenbox von der Einrichtung/Schule über die Villa-Schöpflin kostenfrei bestellt werden
Homepage/Link	https://www.villa-schoepflin.de/cannabis-quo-vadis.html





Titel des Vortrags/Programms/Angebots	Der grüne Koffer - Multiplikatoren-schulung
Themenfeld	<input type="checkbox"/> Ernährung/Ernährungsinformation/Ernährungsbildung <input type="checkbox"/> Bewegung <input type="checkbox"/> Wohlbefinden/psychische Gesundheit/Lebenskompetenz <input checked="" type="checkbox"/> Suchtprävention <input type="checkbox"/> Sexualpädagogik <input type="checkbox"/> sonstiges
Zielgruppe	<input type="checkbox"/> Schüler*innen <input checked="" type="checkbox"/> Multiplikatoren*innen (Lehrkräfte, JaS, Schulsozialarbeit) <input type="checkbox"/> Eltern
Institution/Einrichtung	Ginkgo Stiftung im Landkreis: Gesundheitsamt Schwandorf
Kontakt/Ansprechpartner*in	Gesundheitsamt Schwandorf Katharina Uschold 09431/471-977 praevention@landkreis-schwandorf.de
Inhalt/Beschreibung	<p>Das evaluierte Programm „Der grüne Koffer“ enthält neun interaktive Methoden und Materialien, um mit jungen Menschen über Cannabis ins Gespräch zu kommen.</p> <p>Ziel der Präventionsmaßnahme ist es, dass sich Jugendliche und junge Erwachsene kritisch und risikobewusst mit der Substanz auseinandersetzen.</p> <p>Ziel unserer Multiplikatoren-schulung ist es, Moderatoren und Moderatorinnen auszubilden, sodass diese den Workshop eigenständig durchführen können.</p>
Dauer/zeitlicher Umfang	ca. 3 Stunden
Kosten	kostenlos, Verleih der Materialien über das Gesundheitsamt möglich
Homepage/Link	https://www.starkstattbreit.nrw.de/Gruener-Koffer





Titel des Vortrags/Programms/Angebots	KlarSicht-Koffer - Multiplikatorenschulung
Themenfeld	<input type="checkbox"/> Ernährung/Ernährungsinformation/Ernährungsbildung <input type="checkbox"/> Bewegung <input type="checkbox"/> Wohlbefinden/psychische Gesundheit/Lebenskompetenz <input checked="" type="checkbox"/> Suchtprävention <input type="checkbox"/> Sexualpädagogik <input type="checkbox"/> sonstiges
Zielgruppe	<input type="checkbox"/> Schüler*innen <input checked="" type="checkbox"/> Multiplikatoren*innen (Lehrkräfte, JaS, Schulsozialarbeit) <input type="checkbox"/> Eltern
Institution/Einrichtung	BiÖG – Bundesinstitut für öffentliche Gesundheit im Landkreis: Gesundheitsamt Schwandorf
Kontakt/Ansprechpartner*in	Gesundheitsamt Schwandorf Katharina Uschold 09431/471-977 praevention@landkreis-schwandorf.de
Inhalt/Beschreibung	Der KlarSicht-Koffer der BZgA ist ein Präventionsangebot mit fünf interaktiven Stationen zu den Themen Alkohol und Tabak. Ziel unserer Multiplikatorenschulung ist es, Moderatoren und Moderatorinnen auszubilden, sodass diese den Parcours eigenständig in den Schulen und/oder Einrichtungen durchführen kann.
Dauer/zeitlicher Umfang	ca. 3 Stunden
Kosten	kostenlos, Verleih der Materialien über das Gesundheitsamt möglich
Homepage/Link	https://www.zpg-bayern.de/klarsichtkoffer-zu-alkohol-und-tabak.html

KlarSicht
BZgA – MitmachParcours zu Tabak und Alkohol



Titel des Vortrags/Programms/Angebots	Be smart – don't start
Themenfeld	<input type="checkbox"/> Ernährung/Ernährungsinformation/Ernährungsbildung <input type="checkbox"/> Bewegung <input type="checkbox"/> Wohlbefinden/psychische Gesundheit/Lebenskompetenz <input checked="" type="checkbox"/> Suchtprävention <input type="checkbox"/> Sexualpädagogik <input type="checkbox"/> sonstiges
Zielgruppe	<input checked="" type="checkbox"/> Schüler*innen (6.-8. Klasse) <input type="checkbox"/> Multiplikatoren*innen (Lehrkräfte, JaS, Schulsozialarbeit, Fachkräfte aus der Jugendarbeit, etc.) <input type="checkbox"/> Eltern
Institution/Einrichtung	Bayerisches Zentrum für Prävention und Gesundheitsförderung im LGL Christina Schoyerer 09131/6808-4507 christina.schoyerer@lgl.bayern.de
Kontakt/Ansprechpartner*in	
Inhalt/Beschreibung	Bei dem universellen Präventionsangebot „ Be Smart – Don't Start “ handelt es sich um einen bundesweiten Wettbewerb, bei dem sich alle Schüler*innen für mindestens ein halbes Jahr freiwillig verpflichten, rauchfrei zu bleiben. Erfolgreiche Klassen haben die Chance auf attraktive Preise.
Dauer/zeitlicher Umfang	
Kosten	kostenlos
Homepage/Link	https://www.besmart.info/





Titel des Vortrags/Programms/Angebots	Klar bleiben
Themenfeld	<input type="checkbox"/> Ernährung/Ernährungsinformation/Ernährungsbildung <input type="checkbox"/> Bewegung <input type="checkbox"/> Wohlbefinden/psychische Gesundheit/Lebenskompetenz <input checked="" type="checkbox"/> Suchtprävention <input type="checkbox"/> Sexualpädagogik <input type="checkbox"/> sonstiges
Zielgruppe	<input checked="" type="checkbox"/> Schüler*innen (ab 9. Klasse) <input type="checkbox"/> Multiplikatoren*innen (Lehrkräfte, JaS, Schulsozialarbeit, Fachkräfte aus der Jugendarbeit, etc.) <input type="checkbox"/> Eltern
Institution/Einrichtung	klar bleiben Wettbewerbszentrale IFT-NORD Institut für Therapie- und Gesundheitsforschung gemeinnützige GmbH 0431/570 29 0 Fax: 0431/570 29 29 klarbleiben@ift-nord.de
Kontakt/Ansprechpartner*in	
Inhalt/Beschreibung	<p>klar bleiben ist ein bundesweit angebotenes Projekt zur Alkoholprävention. Teilnehmen können Klassen und Kurse ab Stufe 9. Die Jugendlichen werden zu einer kritischen Auseinandersetzung mit dem Thema Alkohol angeregt und erleben ein Selbstexperiment im Klassenverband. Sie verpflichten sich gemeinsam, über einen Zeitraum von 6 Wochen „klar zu bleiben“, das heißt entweder komplett auf Alkohol oder bewusst auf besonders riskante Konsumformen, wie z.B. Rauschtrinken, zu verzichten.</p> <p>klar bleiben kann von Lehrkräften, Schulsozialarbeitenden und Fachkräften der Suchtprävention durchgeführt werden, ist für jede Schulform geeignet und lässt sich unkompliziert in den Schulalltag integrieren.</p> <p>klar bleiben ist evaluiert und zeigt <u>nachweislich positive Effekte</u> auf den Umgang Jugendlicher mit Alkohol und gehört zur Empfehlungsliste der <u>Grünen Liste Prävention</u>.</p>
Dauer/zeitlicher Umfang	
Kosten	kostenlos
Homepage/Link	https://www.klar-bleiben.de/





Titel des Vortrags/Programms/Angebots	MZo - Meine Zeit ohne
Themenfeld	<input type="checkbox"/> Ernährung/Ernährungsinformation/Ernährungsbildung <input type="checkbox"/> Bewegung <input type="checkbox"/> Wohlbefinden/psychische Gesundheit/Lebenskompetenz <input checked="" type="checkbox"/> Suchtprävention <input type="checkbox"/> Sexualpädagogik <input type="checkbox"/> sonstiges
Zielgruppe	<input checked="" type="checkbox"/> Schüler*innen (berufliche Schulen) <input checked="" type="checkbox"/> Multiplikatoren*innen (Lehrkräfte, JaS, Schulsozialarbeit, Fachkräfte aus der Jugendarbeit, etc.) <input type="checkbox"/> Eltern
Institution/Einrichtung	IFT Institut für Therapieforschung gGmbH Dr. Elena Gomes de Matos www.ift.de 089/36 08 04 32 gomesdematos@ift.de
Kontakt/Ansprechpartner*in	
Inhalt/Beschreibung	<p>Eigene Gewohnheiten reflektieren und Gesundheit fördern. Meine Zeit ohne (MZo) ist ein App-basiertes Präventionsprogramm, welches speziell für Schüler*innen an beruflichen Schulen entwickelt wurde. Es fördert die Auseinandersetzung mit dem eigenen Konsumverhalten und somit einen eigenverantwortlichen und bewussten Umgang mit Konsummitteln und Gewohnheiten. Im Zentrum des Programms steht eine „Challenge“.</p> <p>Die Teilnehmenden verzichten freiwillig für <u>zwei Wochen</u> auf eine Gewohnheit (Konsum von Alkohol oder Cannabis, Rauchen, Nutzung sozialer Medien, Computerspiele, Glücksspiele) oder reduzieren sie. Sich dieser Herausforderung zu stellen bietet die Möglichkeit, eigene Gewohnheiten zu überprüfen sowie alternative Verhaltensweisen zu erproben.</p>
Dauer/zeitlicher Umfang	
Kosten	kostenlos
Homepage/Link	https://www.meine-zeit-ohne.de/





Titel des Vortrags/Programms/Angebots	Allgemeine Suchtprävention an weiterführenden Schulen
Themenfeld	<input type="checkbox"/> Ernährung/Ernährungsinformation/Ernährungsbildung <input type="checkbox"/> Bewegung <input type="checkbox"/> Wohlbefinden/psychische Gesundheit/Lebenskompetenz <input checked="" type="checkbox"/> Suchtprävention <input type="checkbox"/> Sexualpädagogik <input type="checkbox"/> sonstiges
Zielgruppe	<input checked="" type="checkbox"/> Schüler*innen (von ca. 14 bis 19 Jahren) <input type="checkbox"/> Multiplikatoren*innen (Lehrkräfte, JaS, Schulsozialarbeit, etc.) <input type="checkbox"/> Eltern
Institution/Einrichtung	Polizeiinspektion Schwandorf
Kontakt/Ansprechpartner*in	Polizeiinspektion Schwandorf POMin Wexler 09431/4301-0 verena.wexler@polizei.bayern.de ; pp-opf.schwandorf.pi@polizei.bayern.de
Inhalt/Beschreibung	Allgemeine Suchtprävention: <ul style="list-style-type: none"> • Was ist Sucht? • Welche Suchtarten gibt es? <ul style="list-style-type: none"> ○ Alltagsdrogen ○ Alkoholsucht ○ Tabaksucht ○ Drogensucht • Rechtliche Aspekte <p>Die Suchtprävention findet an den jeweiligen Schulen statt.</p>
Dauer/zeitlicher Umfang	zwei Unterrichtsstunden à 45 min kurze vorherige Absprache notwendig
Kosten	kostenlos
Homepage/Link	



Titel des Vortrags/Programms/Angebots	Online-Vortragsreihe für Eltern: "Survival-Guide Pubertät - Zusammen durch wilde Zeiten"
Themenfeld	<input type="checkbox"/> Ernährung/Ernährungsinformation/Ernährungsbildung <input type="checkbox"/> Bewegung <input type="checkbox"/> Wohlbefinden/psychische Gesundheit/Lebenskompetenz <input checked="" type="checkbox"/> Suchtprävention <input type="checkbox"/> Sexualpädagogik <input type="checkbox"/> sonstiges
Zielgruppe	<input type="checkbox"/> Schüler*innen <input type="checkbox"/> Multiplikatoren*innen (Lehrkräfte, JaS, Schulsozialarbeit, Fachkräfte aus der Jugendarbeit, etc.) <input checked="" type="checkbox"/> Eltern
Institution/Einrichtung	Gesundheitsamt Schwandorf Gesundheitsamt Regensburg
Kontakt/Ansprechpartner*in	Gesundheitsamt Schwandorf Katharina Uschold 09431/471-977 praevention@landkreis-schwandorf.de
Inhalt/Beschreibung	Online Vortragsreihe für Eltern pubertierender Jugendlicher mit den Themen: <ul style="list-style-type: none">• Always online? Mediennutzung im Familienalltag• Rausch und Risiko: Alkohol, Rauchprodukte und Cannabis• Über Sexualität sprechen: Wie gelingt das?• Chaos im Kopf: Pubertät verstehen und begleiten
Dauer/zeitlicher Umfang	1 Stunde
Kosten	kostenlos
Homepage/Link	



Titel des Vortrags/Programms/Angebots	Grundlagen zur Suchtprävention an Schulen
Themenfeld	<input type="checkbox"/> Ernährung/Ernährungsinformation/Ernährungsbildung <input type="checkbox"/> Bewegung <input type="checkbox"/> Wohlbefinden/psychische Gesundheit/Lebenskompetenz <input checked="" type="checkbox"/> Suchtprävention <input type="checkbox"/> Sexualpädagogik <input type="checkbox"/> sonstiges
Zielgruppe	<input type="checkbox"/> Schüler*innen <input checked="" type="checkbox"/> Multiplikatoren*innen (Lehrkräfte, JaS, Schulsozialarbeit) <input type="checkbox"/> Eltern
Institution/Einrichtung	Gesundheitsamt Schwandorf
Kontakt/Ansprechpartner*in	Gesundheitsamt Schwandorf Theresa Fenzl 09431/471-931 praevention@landkreis-schwandorf.de
Inhalt/Beschreibung	Veranstaltung für Beauftragte für Suchtprävention, Jugendsozialarbeit an Schulen, Schulsozialarbeiter*innen und Lehrkräfte. Inhalte der Schulung: <ul style="list-style-type: none"> • Grundlagenwissen der Prävention (Ziele, Ansätze, Qualität) • Gesamtkonzept zur Suchtprävention an der Schule • Suchtvereinbarung und Stufenplan • Projekte zur universellen Prävention • Interventionsmöglichkeiten der selektiven und indizierten Prävention
Dauer/zeitlicher Umfang	je nach Vereinbarung
Kosten	kostenlos
Homepage/Link	



SEXUALPÄDAGOGIK

Titel des Vortrags/Programms/Angebots	Sexualpädagogik
Themenfeld	<input type="checkbox"/> Ernährung/Ernährungsinformation/Ernährungsbildung <input type="checkbox"/> Bewegung <input type="checkbox"/> Wohlbefinden/psychische Gesundheit/Lebenskompetenz <input type="checkbox"/> Suchtprävention <input checked="" type="checkbox"/> Sexualpädagogik <input type="checkbox"/> sonstiges
Zielgruppe	<input checked="" type="checkbox"/> Schüler*innen (7. - 9. Klasse) <input type="checkbox"/> Multiplikatoren*innen (Lehrkräfte, JaS, Schulsozialarbeit, etc.) <input type="checkbox"/> Eltern
Institution/Einrichtung	Staatlich anerkannte Beratungsstelle für Schwangerschaftsfragen 09431/471 604 Schwangerenberatung@lra-sad.de
Kontakt/Ansprechpartner*in	Lea Kräuter, staatl. anerk. Sozialpädagogin (BA) 09431/471-650 Lea.Kraeuter@lra-sad.de
Inhalt/Beschreibung	Interaktive Informations- und Gesprächseinheiten zu den Themen körperliche Entwicklung, Verhütung, Schutz vor Infektionen, Beziehungen und persönliche Grenzen. Ziel ist die Vermittlung von Grundlagenwissen sowie die Förderung eines verantwortungsvollen Umgangs mit Sexualität.
Dauer/zeitlicher Umfang	3 Schulstunden/Unterrichtseinheiten
Kosten	kostenlos
Homepage/Link	www.schwanger-in-schwandorf.de



SONSTIGES

Titel des Vortrags/Programms/Angebots	Verkehrsprävention (Alkohol und Drogen im Straßenverkehr; Fahranfänger/ junge Verkehrsteilnehmer)
Themenfeld	<input type="checkbox"/> Ernährung/Ernährungsinformation/Ernährungsbildung <input type="checkbox"/> Bewegung <input type="checkbox"/> Wohlbefinden/psychische Gesundheit/Lebenskompetenz <input type="checkbox"/> Suchtprävention <input type="checkbox"/> Sexualpädagogik <input checked="" type="checkbox"/> sonstiges
Zielgruppe	<input checked="" type="checkbox"/> Schüler*innen (9.- 13.Klasse) <input type="checkbox"/> Multiplikatoren*innen (Lehrkräfte, JaS, Schulsozialarbeit, etc.) <input type="checkbox"/> Eltern
Institution/Einrichtung	Kreisverkehrswacht Schwandorf Polizeiinspektion Schwandorf
Kontakt/Ansprechpartner*in	Kreisverkehrswacht Schwandorf in Zusammenarbeit mit der Polizeiinspektion Schwandorf PHMin Karolin Brunner 09431/4301-142 Karolin.brunner@polizei.bayern.de
Inhalt/Beschreibung	In der Verkehrspräventionsveranstaltung werden die Thematiken <ul style="list-style-type: none">• Alkohol und Drogen im Straßenverkehr, rechtliche Konsequenzen• junge eigenständige Verkehrsteilnehmer, wie verhalte ich mich, dass es nicht zu einem Unfall kommt angesprochen. Zusätzliche Themen bedürfen der Absprache. Die Präventionsveranstaltung findet an den jeweiligen Schulen statt.
Dauer/zeitlicher Umfang	zwei Unterrichtsstunden à 45 min Terminvereinbarung notwendig
Kosten	kostenlos
Homepage/Link	



INFORMATIONSSSEITEN

- **BIÖG** - Bundesinstitut für öffentliche Gesundheit: <https://www.bioeg.de/>
- **ZPG** - Bay. Zentrum für Prävention und Gesundheitsförderung: <https://www.zpg-bayern.de/>
- **Präventionsradar** - Kinder- und Jugendgesundheit in Schulen: <https://www.praeventionsradar.de/>
- **Grüne Liste Prävention** - evaluierte Präventionsmaßnahmen: <https://www.gruene-liste-praevention.de/nano.cms/datenbank/information>
- **vortiv** - Serviceplattform für komm. Alkoholprävention: <https://www.vortiv.de/>
- **Mindzone - sauber drauf!** - Infoseite über verschiedene Substanzen, Drug-Checking: <https://mindzone.info/>
- **Konsenspapier zur schulischen Suchtprävention**; <https://www.zpg-bayern.de/meldung/konsenspapier-fuer-die-schulische-suchtpraevention-erschienen.html>
- **Kultusministerium** – Suchtprävention - Richtlinien zur Suchtprävention <https://www.km.bayern.de/lernen/inhalte/gesundheit/praevention/suchtpraevention>